



Escrito por Fernando Gomollón Bel(@gomobel en twitter, seguidle os echará una mano con la química)



Como bien sabéis, un poco de planificación a tiempo puede ahorrarnos el pasar noches en vela repasando lo que debimos haber estudiado antes. Cuando llega un examen importante como la Selectividad, preparar un calendario de trabajo es todavía más importante. Los quince días sin clase antes del día d son muy peligrosos si no se aprovechan correctamente. Y tranquilos, hay tiempo para todo si se planifica.

Primer fin de semana

Es normal que después de todos los exámenes tengáis ganas de fiesta. No está mal celebrar que se acaba el bachillerato, salir con vuestros compañeros de clase, estar de fiesta hasta las siete de la mañana. Pero, también, aprovechad el primer fin de semana para descansar y planificar las dos semanas que vienen. Elaborar un calendario de estudio no os llevará más de 15 ó 20 minutos.

1. Si las usáis a menudo, utilizad las herramientas digitales a las que estéis acostumbrados (Google Calendar, iCal, Outlook, etc.) para planificar horarios. Yo, personalmente, prefiero un horario en papel sencillo que pego en la tapa de mi carpeta de apuntes. Es muy eficaz el tener que verlo sí o sí cada vez que te vas a poner a estudiar.

2. Sed realistas. Todos hemos hecho horarios imposibles que jamás cumplimos. Estudiar 5 horas seguidas de Historia de la Filosofía puede resultar mortal. Y más allá de la primera hora y media seguro que simplemente estáis delante del libro pasando las hojas o dibujándole barba a Descartes. Hay que hacer horarios flexibles y variados. La flexibilidad os permitirá cambiar un descanso de sitio si necesitáis de diez minutos más para no dejar a medias un tema o un problema. Y viceversa. Si en el descanso os ponéis a



ver una serie, podéis terminar de ver el capítulo aunque os coja diez minutos de estudio de Biología. La variedad evitará que os aburráis con una asignatura. Además, a mí me gusta combinar distintos tipos de tareas. Por ejemplo, si tengo que estudiar cuatro horas de Historia y hacer cuatro horas problemas de Mates, es mejor intercalar dos horas de una cosa y dos de otra. De lo contrario, cuando vayamos a enfrentarnos a la tercera hora seguida delante del libro de Historia nos atacará el aburrimiento. Y la frustración estará al acecho tras dos horas de problemas de Mates y nos atascaremos incluso en los más sencillos.

3. Dejad tiempo para la diversión. Y planificadlo también. Salid, haced deporte, id al cine, de compras... No es malo. Además, si habéis cumplido con vuestros planes de estudio estas actividades os servirán de auto-recompensa y al día siguiente afrontaréis el trabajo con muchas más ganas.

Tiempo de estudio

Ahora llega la hora de la verdad. La planificación quedó atrás y toca enfrentarse a un año de apuntes de varias asignaturas. Pero no tengáis miedo. No hay que volver a memorizar nada. Si habéis estudiado durante el año, este repaso simplemente os refrescará ideas que, aunque no lo creáis, siguen estando ahí, en vuestra cabeza.

1. No empecéis siempre por el principio. Esto es una cosa que ocurre muy a menudo. Teniendo delante veinte temas de una asignatura que hace meses que no estudiamos, tendemos a empezar por el primer tema siempre. ¿Por qué? Vais a tener que estudiarlos todos y si cada vez empezáis por el mismo nunca llegaréis al último. Por cansancio, por aburrimiento y por que ver una pila de 400 folios desaniman a cualquiera. Separad los temas y estudiadlos en un orden aleatorio. Os recomiendo leer este artículo sobre la misma idea.

2. Cuando os toque hacer ejercicios, haced una selección. En 15 días es imposible repetir todos los problemas de Mates, Química o Física del curso. Si durante el curso habéis anotado los que os parecían más difíciles, repetid esos. Y revisad exámenes de Selectividad de años anteriores (suelen estar siempre disponibles en Internet). Hacer ejercicios tipo también ayuda.

3. Esquemas, esquemas y más esquemas. A la hora de la verdad, es mucho más fácil releer una cuartilla con unas notas breves sobre Aristóteles que repasar el tema entero. Hacer un buen esquema lleva tiempo, pero si no los hicisteis durante el curso, animaos. Los tres días antes del día d se harán mucho más livianos con ellos.



4. Apuntad las dudas. Vosotros tenéis ya “vacaciones” pero los profes siguen en el instituto. Si algún potencial redox os está volviendo loco, es más fácil ir a visitar al profe de Química que pasar horas dándole vueltas al problema. Ahora no hay tiempo que perder. Lo ideal: incluir en el planning una mañana de visita al instituto y aprovecharla para resolver todas las dudas de golpe. Si no, perderéis tiempo vosotros y se lo haréis perder a vuestros profesores.

5. Estudia cómodo. Hay quien se concentra más en casa y, otros, se concentran más en una biblioteca. Lo importante es que trabajes en un sitio en el que aproveches bien el tiempo que dedicas al estudio. Del mismo modo, si te gusta estudiar con música, o tomando un café con leche, adelante. Pero, eso sí: ten todo preparado desde el principio para no crear interrupciones innecesarias.

6. Elimina las distracciones, especialmente el móvil e internet. Si lo necesitas, trabaja con un ordenador, pero evita consultar cada cinco minutos las redes sociales o el email. Haz eso en los ratos que hayas planificado como ocio, no en las horas de estudio. El móvil también es un estorbo. Pocas veces esperamos llamadas o mensajes que sean realmente importantes. Si no tienes tanta fuerza de voluntad como para dejar de mirar si te han llamado cada dos por tres, apágalo y déjalo en un cajón. Cuando acabes de estudiar, si quieres, lo enciendes.

The day before the day

El día de antes de la Selectividad ni se os ocurra estudiar. Sólo conseguiréis generar dudas en temas que teníais claros y poneros mucho más nerviosos. Evitad ver a vuestros compañeros de clase. Frases como “¿de verdad no te has mirado a Lorca?” o “¿no te salen los problemas de matrices, con lo fáciles que son?” no ayudan. Aprovechad para practicar actividades que no os dejen pensar mucho en el examen: leed un libro de un autor que os enganche, id al cine a ver una peli de risa o salid a dar una vuelta en bici. Hacer deporte, en concreto, os irá muy bien ya que será mucho más fácil dormir si estáis cansados.

Espero sinceramente que estas dos hojas de consejos os puedan ser útiles a la hora de preparar el examen. Y recordadlo, si habéis trabajado estos dos últimos años, veréis que la Selectividad es un mero trámite para pasar a la siguiente etapa de vuestra vida.